



ELSEVIER

MEDICINA CLÍNICA

www.elsevier.es/medicinaclinica



Artículo especial

¿Por qué no somos eficaces en el tratamiento de la obesidad? La necesaria aportación de la psicología

Why we are not we effective in the treatment of obesity? The necessary contribution of psychology

José I. Baile

Departamento de Psicología y Salud, Facultad de Ciencias de la Salud y la Educación, Universidad a Distancia de Madrid, Madrid, España



INFORMACIÓN DEL ARTÍCULO

Historia del artículo:

Recibido el 3 de mayo de 2018

Aceptado el 8 de junio de 2018

On-line el 20 de agosto de 2018

La obesidad un importante problema de salud

La obesidad, caracterizada por un exceso de grasa corporal con relación al peso, y definida desde el punto de vista diagnóstico con un índice de masa corporal de 30 kg/m² o superior, es considerada por la Organización Mundial de la Salud, como uno de los principales problemas de salud en el mundo y su prevalencia adquiere ya los tintes de epidemia global¹. En muchos países, prácticamente la mitad de la población padece sobrepeso u obesidad, realidad de la que no escapa España, donde se estima, según el último Estudio Nutricional de la Población Española², que entre la población adulta española la prevalencia de sobrepeso (índice de masa corporal > 25 μg/m²) es del 39,3% y la de la obesidad del 21,6%. Es decir, más de la mitad de la población adulta española padece sobrepeso u obesidad, ello nos lleva a considerar que este trastorno es uno de los más prevalentes de los existentes.

Genera numerosos problemas de salud, ya sea de orden biomédico, como el incremento de riesgo de enfermedades cardiovasculares, diabetes o problemas osteoarticulares³; o de orden psicológico, dado que está asociada a mayor alteración psicopatológica, como ansiedad, depresión o riesgo de trastorno del comportamiento alimentario⁴. De igual manera, se estima que el impacto psicosocial de la alta prevalencia de la obesidad genera importantes problemas en diferentes ámbitos sociales, como mayor incapacidad laboral o mayor gasto sanitario. En este sentido, se ha llegado a calcular que la obesidad absorbe, en España, el 7% del gasto sanitario anual, aproximadamente unos 2.500 millones de euros⁵.

Ante estas evidencias la atención de este trastorno de salud se hace perentoria, ya sea por su prevalencia, su importante impacto en la salud individual o su impacto en la sociedad, atención que debe ser planteada desde enfoques preventivos y de tratamiento.

La dudosa eficacia de las intervenciones terapéuticas para la obesidad

En la actualidad, la prevención o el tratamiento de la obesidad son realizadas principalmente según enfoques biomédicos; por ejemplo, el paciente que solicita atención para su obesidad en el sistema público de salud es derivado y, en muchos casos tratado exclusivamente, por profesionales de la nutrición o la endocrinología. Sin embargo, la eficacia de este tipo de enfoque para la prevención o la recuperación de la obesidad es bastante controvertida. Que las campañas de prevención no están siendo eficaces lo demuestra el progresivo incremento de la obesidad año tras año y, en el caso de los tratamientos, salvo la cirugía bariátrica en los pacientes de obesidad mórbida, tras el tratamiento de la obesidad gran parte de los pacientes vuelven a su peso previo⁶, lo que muestra su poca capacidad terapéutica.

¿Qué estamos haciendo mal en el enfoque de la prevención y tratamiento de la obesidad? Probablemente errar en juzgarla como un trastorno agudo de carácter temporal y, por otra parte, obviar lo que podría aportar la psicología.

Considerar que la obesidad que lleva instaurada largo tiempo en una persona, como un trastorno pasajero al que atender con unas determinadas técnicas, biomédicas o psicológicas, aplicadas temporalmente, que permitirán a dicha persona su superación, recuperando un normopeso estable y para siempre, es un error;

Correo electrónico: joseignacio.baile@udima.es